

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 3.2. do 7.2.2025 KLASIK - 6. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 3.2.	Ryžový puding malinový Kokosový cookie 1,3,7	100g 1ks	Paradajková polievka s bazalkou Detské šošovicové kari Koliienka 1	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Droždová nátierka s karfiolom a vajíčkom 3 Hrozno	75g 50g	1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak , K kacao POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 4.2.	Pšenovú kašu s perníkovým korením a a varenými jablčkami	100g 20g	Polievka z fazuľových strukov a zemiakov Tarhoňové rizoto s morčacím mäsom a paradajkami 1 Miešaný šalát	200ml 185g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Križák 1,6,7 Jahodové maslo 7 Jablko	70g 50g	
Streda 5.2.	Slničnicový chlieb z pekárne Križák 1 Brokolicová nátierka 7 Červená kávia	75g 50g	Cícerový krém Z Kuracie v ananásovo-kokosovej omáčke Ryža Ľadový šalát	200ml 90g 90g 25g	Makový koláč a lesným ovocím 1,3	75g	
Štvrtok 6.2.	Krupicová kaša 1 s kokosovým cukrom a kakaom 6,K	100g 5g	Cuketový krém s tekvicou a mrkvou Hovädzie na sviečkovej omáčke 7 Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Pšeničná pletenka z pekárne Križák 1,6,7 Syrávaná pena 7 Strúhaná mrkva	75g 20g	
Piatok 7.2.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z batátu 1 Jablko	75g 50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z s krutónmi a bylinkami 1 Pšenovú placka 3,Z Zemiakový prívarok 7,Z	200ml 1ks 160g	Mufin s marhuľami 1,3	1ks	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 3.2. do 7.2.2025 NO MILK NO GLUTEN - 6. kalendárny týždeň



Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		HM	Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	
Pondelok 3.2.	Ryžový puding malinový Kokosový keksík 3	100g 1ks	Paradajková polievka s bazalkou Detské šošovicové kari Kukurličné cestoviny	200ml 100g 110g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Drožďová nátierka s karfiolom a vajíčkom 3 Hrozno	75g 50g	1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak , K kacao POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmý môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 4.2.	Pšenovú kašu s perníkovým korením a a varenými jablčkami	100g 20g	Polievka z fazuľových strukov a zemiakov Rizoto s morčacím mäsom a paradajkami Miešaný šalát	200ml 185g 25g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Jahodová nátierka s tofu 6 Jablko	75g 50g	
Streda 5.2.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Brokolicová nátierka Červená kávia	75g 50g	Cícerový krém Z Kuracie v ananásovo-kokosovej omáčke Ryža Ľadový šalát	200ml 90g 90g 25g	Makový muffin s lesným ovocím 3	75g	
Štvrtok 6.2.	Ovsená bezlepková kaša s kokosovým cukrom a kakaom 6,K	100g 5g	Cuketový krém s tekvicou a mrkvou Hovädzie na sviečkovej omáčke Bezlepkové halušky 3	200ml 100g 100g	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Avokádová nátierka Strúhaná mrkva	75g 20g	
▪ Piatok 7.2.	Bezlepkový chlieb z pekárne Yeme Nátierka z batátu Jablko	75g 50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z s bezlepkovými krutónmi a bylinkami Pšenovú placka 3,Z Zemiakový prívarok Z	200ml 1ks 160g	Muffin s marhuľami 3	1ks	

Pripravil: Šefkuchár Ivan Krajčovič a Tím Zdravý dom, www.zdravy-dom.sk Od 3.2. do 7.2.2025 VEGE - 6. kalendárny týždeň

Čaj	DESIATA	HM	OBED		OLOVRANT		ALERGÉNY
	Názov pokrmu		Názov pokrmu	HM	Názov pokrmu	HM	
Pondelok 3.2.	Ryžový puding malinový Kokosový cookie 1,3,7	100g 1ks	Paradajková polievka s bazalkou Detské šošovicové kari Kolienka 1	200ml 100g 110g	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Droždová nátierka s karfiolom a vajíčkom 3 Hrozno	75g 50g	1-Obilniny, 2-Kôrovce, 3-Vajcia, 4-Ryby, 5- Arašidy, 6-Sója, 7- Mlieko, 8-Orechy, 9- Zeler, 10-Horčica, 11- Sezam, 12-Siričitany, 13-Vlčí bôb, 14- Mäkkýše ,Z-zemiak , K kakao POZNÁMKA: Zmena jedálneho lístka je vyhradená. Pri príprave jedál sa nepoužívajú geneticky modifikované potraviny ani polotovary. Mäso používame z welfare farmárskych chovov. Pokrmu môžu obsahovať stopy lepky, mlieka, orechov.
Utorok 4.2.	Pšenovú kašu s perníkovým korením a a varenými jablčkami	100g 20g	Polievka z fazuľových strukov a zemiakov Tarhoňové rizoto s pečenou hlivou a paradajkami 1 Miešaný šalát	200ml 185g 25g	Klobučnícky rohlík z pekárne Križák 1,6,7 Jahodové maslo 7 Jablko	70g 50g	
Streda 5.2.	Slničnicový chlieb z pekárne Križák 1 Brokolicová nátierka 7 Červená kávia	75g 50g	Cícerový krém Z Tofu v ananásovo-kokosovej omáčke 6 Ryža Ľadový šalát	200ml 90g 90g 25g	Makový koláč a lesným ovocím 1,3	75g	
Štvrtok 6.2.	Krupicová kaša 1 s kokosovým cukrom a kakaom 6,K	100g 5g	Cuketový krém s tekvicou a mrkvou Tempeh na sviečkovej omáčke 6,7 Domáce halušky 1,3	200ml 100g 100g	Pšeničná platenka z pekárne Križák 1,6,7 Syrá pena 7 Strúhaná mrkva	75g 20g	
Piatok 7.2.	Kváskový chlieb z pekárne Križák 1 Nátierka z batátu 1 Jablko	75g 50g	Krém z pečeného cesnaku 9,Z s krutónmi a bylinkami 1 Pšenovú placka 3,Z Zemiakový prívarok 7,Z	200ml 1ks 160g	Mufin s marhuľami 1,3	1ks	